

Békési Tímea & Dr. Kassai Szilvia: Újraépített életek: Történetek szenvedélybeteg szülők felnőtt gyermekeiről

[Lives rebuilt: Stories of adult children of addicted parents]

HVG Kiadó, 2022, pp. 271. ISBN: 978-963-565-239-6

SZABÓ-GÖDRI RITA

Szabó-Gödri Rita: PhD-hallgató; Pécsi Tudományegyetem, Bölcsészeti és Társadalomtudományi Kar, Demográfia és Szociológia Doktori Iskola; ritagodri17@gmail.com

Rita Szabó-Gödri: PhD Student; University of Pécs, Faculty of Humanities and Social Sciences, Doctoral School of Demography and Sociology; ritagodri17@gmail.com

„Többek vagyunk, mint traumáink összessége.”

Békési Tímea és Dr. Kassai Szilvia *Újraépített életek* című könyve 2022-ben jelent meg a HVG Kiadó gondozásában. A könyv szenvedélybeteg szülőkről és felnőtt gyermekeikről szól.

Az első részében a szakirodalom segítségével bemutatásra kerül a szenvedélybetegség témaköre. Ehhez kapcsolódóan a szerzők körbejárják azokat a gyermeki szerepeket, amelyeket a szenvedélybeteg szülőkkel egy háztartásban élő gyermekek magukra öltenek. Szó esik továbbá az „elfeledett gyermekek” személyiségbeli jellemzőiről, valamint azokról a segítő tanácsokról, amelyek a felnőtt gyermekek számára adhatnak némi kapaszkodót, hogy rálépjenek a gyógyulás útjára, elindítva saját belső fejlődésüket.

A könyv második részében 13 személyes történetet olvashatunk olyanoktól, akik maguk is szenvedélybeteg szülő(k) mellett nőttek fel. Szembesülhetünk a mindennapi nehézségeikkel, a gyermekkorban átélt és a felnőttkorba átvitt traumáikkal és a lehetséges gyógyulási stratégiáikkal. Megtudhatjuk például, hogy mit tanultak saját szüleik hibáiból, hogyan próbálnak meg máshogyan élni, más közeget teremteni saját gyermekeik számára. Mi mindent hoznak magukkal felnőtt életükbe, milyen lelki sérülések akadályozzák őket a párválasztásban, a megfelelő szintű és mélységű kötődés kialakításában, az énképük helyes megformálásában.

Habár a történetek nagy része egészen lesújtó képet fest a megszólalók szüleiről, mégis végig tisztességgel és méltósággal beszélnek róluk az írók. Gyakran fejezik ki szeretetüket irántuk, ami meglehetősen nagy humánusságról és nagylelkűségről árulkodik. Mindez pedig azt is prognosztizálja, hogy az öngyógyítás eme formája (felismerni a problémát, leírni, kibeszélni, megtörni a tabusítást) hozzájárul ahhoz, hogy harag és tüskék nélkül képesek legyünk lezárni a múltat, megbocsátani és továbblépni.

A könyv két része közötti kapcsolatot az adja, hogy az első részben felvázolt szerepek a második részben megjelenő személyes történetekben jól tetten érhetők. Összefűzi továbbá őket, hogy minden egyes személyes elbeszélésből kiderül, ki milyen megküzdési stratégiát alkalmaz a traumákkal teli gyermekkor feldolgozásához. Ezek a stratégiák gyakran azonosak, a megszólalók közül többen a hitben és a vallásban találtak kapaszkodót nehézségeik feldolgozásához. Az önvallomásokból az is az olvasó elé tárul, hogy ki hogyan igyekszik

elkerülni a rossz minta továbbadását. Van, aki teljes absztinenciát gyakorol, mert fél a függőség lehetőségétől, van, aki a teljes őszinteséget és ezzel együtt a korábbi traumák teljes tabumentesítését tanítja gyermekeinek.

A könyvben a társadalom különböző rétegeiből jövő férfiak és nők egyaránt megszólalnak, vannak, akik név nélkül teszik mindezt, de akadnak köztük olyanok is, akik vállalják nevüket, így az olvasó számára ismerősek lehetnek, hiszen híresek, sikeresek. A jól prosperáló karrierjük azonban nagy áldozatot kíván, gyakran a megszólalók maguk is szerhasználók vagy éppen kényszerességtől szenvednek. Az olvasmány éppen ezért is különleges: olyan emberek életébe, gyermekkori traumáiba enged bepillantást, akikről azt hiszi az olvasó, hogy az ő életük tökéletes. A könyv azonban rávilágít: ők is egyek közülünk, ők is ugyanazzal a problémával küzdöttek és küzdenek a mai napig, mint mi. Nem vagyunk tehát egyedül. A mű unikális mivoltát az adja, hogy míg az olvasó egy általános jelenséggel szembesül, addig magát a jelenséget (alkoholfüggőség) a társadalom tabuként kezeli. Ugyanakkor a könyvben elmesélt történetek közelebb hozzák a felismerés érzését az olvasóhoz: habár az alkoholfüggőség hatalmas tabu, mégis mindenki környezetében van egy függő ember és egy szenvedő család.

A könyv nem titkolt szándéka rávilágítani arra is, hogy a szerhasználat a család diszfunkciós működésének egy tünete, eredménye. Ezzel pedig azt üzeni, hogy a gyógyulás rögzős útjára hozzátartozóként is rá lehet és rá is kell lépni. A döntés mindig az egyéné. Mindaddig, míg valaki a szerhasználó családjából, környezetből nem kezd el az árral szemben úszni, és nem vállalja fel a betegség jelenlétét és következményeit, addig nincs esély a változásra. A változtatás szükségességének felismeréséhez pedig ez a könyv jó kiindulási alap lehet, hiszen mindazok számára hasznos, akik szakítani kívánnak a társadalomba oly alaposan beágyazott tabuval, és mernek beszélni a családjukban jelen levő szerhasználatról. Mernek gondolkodni önmagukról, szembenézni a régmúlt sérelmekkel, felszakítani és újra meggyógyítani a sebeket.

Azok számára is fontos olvasmány lehet, akik ugyan nem érintettek, de szeretnék jobban megérteni a függőséget, szeretnék a szerhasználatba menekülő embert, illetve hozzátartozóit megismerni, és nem az „akaratgyengességben” látják a függőség valódi okát, hanem az addikciót valamilyen diszfunkció tüneteként azonosítják.